

Cuidados de madre canguro

Cómo sostener al bebé en contacto de piel con piel

¿Qué son los cuidados de madre canguro?

- Sostener al bebé en contacto de piel con piel, en posición erguida sobre su pecho desnudo. El bebé solo lleva puesto el pañal. Cubrirá la espalda del bebé con una manta o con su ropa para mantenerlo abrigado.



¿Por qué hacer cuidados de madre canguro?

- **Beneficios de los cuidados de madre canguro para su bebé:**
 - Reducen el llanto y el estrés del bebé.
 - Ayudan a que la temperatura corporal del bebé permanezca constante.
 - Ayudan al crecimiento del cerebro del bebé.
 - Ayudan a que el bebé duerma mejor.
 - Durante los cuidados de madre canguro, la mayoría de los bebés se quedan dormidos con facilidad y tienen lo que se conoce como un «sueño tranquilo». Permanecer en sueño tranquilo durante una hora o más es lo mejor para ayudar al desarrollo de su bebé.



¿Por qué hacer cuidados de madre canguro?

- **Beneficios de los cuidados de madre canguro para su bebé:**
 - **Fortalecen el sistema inmunitario del bebé**
 - para que no se enferme tan a menudo o durante tanto tiempo.
 - **Ayudan a que el bebé digiera mejor los alimentos y aumente de peso.**
 - **Ayudan a normalizar la respiración y la frecuencia cardiaca del bebé.**
 - A veces los bebés respiran demasiado rápido, o su frecuencia cardiaca es demasiado lenta o demasiado rápida.
 - **Ayudan a que el bebé adquiera hábitos de lactancia.**

¿Por qué hacer cuidados de madre canguro?



- **Beneficios de los cuidados de madre canguro para la mamá:**
 - Las madres que practican cuidados de madre canguro tienen un menor riesgo de padecer depresión posparto.
 - También ayudan a que las madres produzcan más leche.
 - Las madres que tienen problemas con la lactancia suelen notar que producen más leche cuando practican los cuidados de madre canguro.
 - Las madres se recuperan más rápidamente después del parto.

¿Por qué hacer cuidados de madre canguro?

- **Beneficios de los cuidados de madre canguro para la mamá y el papá:**
 - **Sostener al bebé en contacto de piel con piel puede ayudar a los padres a vincularse y a desarrollar una conexión emocional.**
 - **Mejoran su comodidad y confianza.**
 - **Cuanto más tiempo practiquen los cuidados de madre canguro, más cómodos y confiados se sentirán. Así podrán cuidar mejor de su bebé y saber cuándo está estresado.**
 - **Además, reducen los temores sobre cómo manipular al bebé.**

¿Cuándo puede practicar cuidados de madre canguro?

- **Cuando el médico y/o el personal de enfermería lo autoricen:**
 - incluso los bebés que están conectados a un respirador pueden recibir cuidados de madre canguro cuando el médico o el personal de enfermería lo autoricen.



¿Cuándo puede practicar cuidados de madre canguro?

- Consideraciones especiales:
 - Si el bebé tiene un cierto tipo de vía IV conectado al ombligo, el personal de enfermería o el médico podrían pedirle que no lo sostenga, o la vía IV podría salirse.
 - Si el bebé está siguiendo el protocolo de estimulación mínima durante 72 horas, deberá trabajar con el equipo de atención para asegurarse de que la cabeza del bebé pueda sostenerse con la nariz alineada con su ombligo mientras lo tiene alzado.

¿Por cuánto tiempo puede practicar los cuidados de madre canguro?

- **Planifique sostener al bebé durante una hora o más:**
 - Debido a la importancia del sueño y la duración de los ciclos de sueño del bebé, se recomienda que sostenga al bebé en contacto de piel con piel durante, al menos, 1 hora.
 - Puede sostener al bebé durante 3 a 4 horas (entre las intervenciones de cuidado) y varias veces por día mientras el bebé esté estable, no necesite estar debajo de las luces para la bilirrubina ni tenga otra limitación por motivos médicos.
 - Asegúrese de tener todo lo que pueda necesitar cerca. Además, haga una pausa para ir al baño antes de iniciar los cuidados de madre canguro con el bebé.

Consejos útiles para los cuidados de madre canguro:

- A algunos padres les gusta usar un espejo para ver la cara del bebé mientras están practicando los cuidados de madre canguro.
 - Pídale uno al personal de enfermería, si quiere usarlo.
- Mire el video sobre cómo sostener al bebé en contacto de piel con piel para informarse mejor sobre cómo los cuidados de madre canguro pueden ayudar a su bebé.

Si el bebé aún no está listo para los cuidados de madre canguro...

- Puede igualmente tener contacto de piel con piel:
 - Sostenerle las manos
 - Puede colocar suavemente las manos alrededor del bebé para mantenerlo en posición fetal con las piernas y las manos acurrucados alrededor de la cara del bebé.
 - Sostenga suavemente al bebé en esta posición hasta que se sienta cómodo o mientras duerme.
 - Masajes para prematuros
 - El personal de Terapia Ocupacional (OT, por sus siglas en inglés) le enseñará cómo hacer masajes para bebés prematuros.
 - El masaje puede ayudar a que el bebé se calme después de los cuidados; brindarles a usted y al bebé una experiencia de conexión; y ayudar a que el bebé aprenda qué tipos de contactos son buenos.

Si el bebé aún no está listo para los cuidados de madre canguro...



- De cualquier manera, usted puede ofrecerle experiencias positivas al bebé e introducirle olores (el olor de su cuerpo):
 - El olfato del bebé empieza a desarrollarse a las 24 semanas. Cuando usted practica el contacto de piel con piel, el bebé puede percibir su olor y reconocerlo.
 - Use una manta de vinculación que haya sostenido cerca del cuerpo para que el bebé pueda percibir su olor cuando lo envuelva o lo cambie de posición, o como funda de la almohada. Así, el bebé tendrá su olor cerca cuando usted no pueda estar con él.
 - Coloque un paño pequeño (un paño para los senos o una bolita de algodón) con algunas gotas de su leche en la cabecera de la cama, cerca del bebé.
 - Los olores de la leche materna son los mismos que los olores y los gustos que el bebé obtiene del líquido amniótico (el líquido que lo rodea antes del parto).

Camisetas para cuidados de madre canguro *NuRoo*



- Durante su estadía, podemos prestarle camisetas para cuidados de madre canguro *NuRoo*.
 - Pídale al personal del enfermería o de OT, si no se las han ofrecido.
 - Le pedimos que no se lleve las camisetas *NuRoo* a casa para lavarlas o al final de su estadía.
 - Las lavaremos aquí en el hospital.
 - Deje la camiseta *NuRoo* en la habitación o entréguesela al personal de enfermería cuando le den el alta o si ya no la usa.
- También puede traer una camiseta limpia, suave y cómoda de casa: las que tienen botones son mejores.

Cómo levantar al bebé de la cama

Traslados

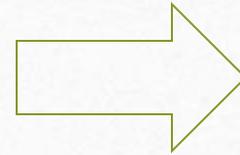
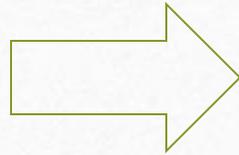
Traslado de pie

- El traslado de pie le permite flexionar y acurrucar al bebé durante el proceso de traslado, lo que es menos estresante para el bebé.
-

Siga estos pasos para el traslado de pie:

- Use los pedales de pie para levantar la incubadora del bebé a una altura que le facilite agacharse y levantar al bebé.
- Estabilice la cabeza del bebé.
- Gire la cara del bebé hacia usted (los pies hacia su estómago).
 - Para sostenerlo en contacto de piel con piel, abra la camiseta *NuRoo* o su camiseta para que el pecho quede al descubierto.
- Coloque una mano debajo de la cabeza y la otra debajo de los glúteos del bebé (puede hacerlo con la manta debajo del bebé).
- Agáchese hasta que su pecho toque el pecho del bebé.
- Compruebe que las vías y los cables estén bien sujetos antes de alejarse de la incubadora o de la cuna.
- Retroceda lentamente hasta su silla y siéntese.
- Retire la manta y coloque al bebé en la camiseta *NuRoo* o de sostén.
- Compruebe que todas las vías y los cables estén bien sujetos.
- Agregue mantas/encienda la calefacción si es necesario.
- ¡Relájese!
- Volverá a colocar al bebé en la incubadora/cuna de la misma manera en que lo sacó de allí.

Traslado de pie

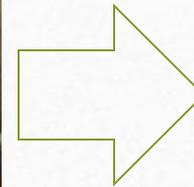
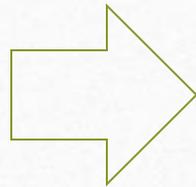


Traslado sentada:

Traslado sentada

- Si tiene dificultades para agacharse o ponerse de pie, o si se marea, trasladar al bebé sentada podría ser mejor para usted.
- Los integrantes del equipo de atención sujetarán al bebé y se lo traerán, además de ayudarla a colocarlo contra su pecho mientras usted está sentada.

Traslado sentada:



Traslado desde la cuna

Traslado desde la cuna

- Cuando el bebé tenga más edad y sea más grande de tamaño, podrá soportar los traslados mejor.
- No obstante, sigue siendo importante contenerlo cuando lo alce.
- Intente mantener al bebé envuelto o flexionado y acurrucado cuando lo traslade, de modo que sus brazos y piernas no se muevan.



Consejos para los traslados



Consejos para los traslados

- Asegúrese de tener la luz de llamada cerca por si necesita asistencia mientras sostiene al bebé.
- Siempre tenga un acompañante que la ayude a hacer el traslado de pie para los cuidados de madre canguro.
- Si el bebé está conectado a un respirador, necesitará que un enfermero, un terapeuta respiratorio o un terapeuta ocupacional la ayude con todos los traslados.
- Mire siempre dónde está pisando y dónde están los tubos y las vías del bebé.
- Sea sumamente cuidadosa con las vías IV o PICC del bebé mientras lo sostenga; asegúrese de que la vía o el tubo sean suficientemente largos cuando traslade al bebé.